



Pros y contras en el cuidado de tu piel

Durante la **gestación del embarazo** la madre vive cambios constantes que se reflejan en muchas ocasiones en la piel, es común que se le atribuya a la gestante una cierto brillo o resplandor en el cutis; este esplendor se le puede atribuir a un incremento de flujo sanguíneo, una mejor oxigenación de las células cutáneas o la retención de líquidos que disimula las imperfecciones en la piel. Estos cambios pueden hacer ver la piel tersa y lozana.



Las **hormonas en el embarazo** son responsables de grandes cambios que se reflejan de igual forma en la piel; por ejemplo, la progesterona que permite al embarazo llegar a buen término puede producir la aparición del acné; durante la gestación la aparición de manchas es común, esto es conocido como **el melasma del embarazo**, la piel se vuelve propensa a la irritación o alergias.

Evaluamos los pros y contras de varios tratamientos caseros para disminuir los efectos en la piel:



Pros

Contra

Aguacate:



Aporta grasas buenas al organismo, cuenta con una propiedad hidratante al aplicar de forma directa en la piel.

La sensibilidad en la piel puede generar una reacción alérgica a la exposición o también puede resultar en una irritación en la piel debido a una aplicación continua.

Limón:



Su uso se recomienda como un tratamiento antiestrías, por su alto contenido de vitamina C que estimula la producción de colágeno.

La aplicación pura del zumo puede provocar irritación, además puede generar fotosensibilidad en la piel.

Aloe Vera:



Es uno de los más usados por su poder generativo. Se recomienda aplicar por 15 minutos cubriendo la zona donde se encuentran las estrías.

La aplicación de forma pura puede generar picazón además de marchar la piel sino se retira debidamente a la exposición del sol, se recomienda usarlo con otros agentes hidratantes.

Clara de huevo:



Se aplica como una agente que remueve las impurezas o como un tratamiento restaurativo en ciertas zonas. Se debe aplicar en punto de nieve.

Genera reacciones alérgicas, irritación, infección por salmonella, infecciones secundarias no tiene un efecto a largo plazo

Vaselina:



Este se utiliza como un hidratante, por su textura y composición permite dejar la piel suave y tersa.

En su proceso de hidratación genera una capa agua que no permite la evaporación del agua, en las pieles grasas esto puede resultar es acné o erupciones cutáneas.

Bibliografía:

<https://www.medigraphic.com/pdfs/derma/cd-2007/cd072b.pdf>
<https://revistas.unab.edu.co/index.php/medunab/article/view/281/264>
<https://www.medigraphic.com/pdfs/revmedcoscen/rmc-2011/rmc111j.pdf>